



Retour sur la fête de l'établissement

Qu'en avez-vous pensé ? Christelle.

- _ C'était bien, dit Mme Gatounes.
- _ La décoration était jolie, vous avez bien travaillé, vous avez eu de belles idées. Le repas était parfait et nous avons bien dansé, explique Mme Maugard.
- _ Je vous remercie, vous m'avez aussi beaucoup aidé sur les ateliers créatifs, réponds Christelle.
- _ Moi aussi j'ai dansé, je suis contente car ma sœur est venue me voir pendant la fête. Il y avait beaucoup de monde et les chanteuses chantaient bien, dit Mme Daulet.
- _ C'était bien, les chanteuses étaient trois et elles chantaient très bien, dit Mr Pellet.
- _ C'était très bien, le repas était bon et il y avait beaucoup de monde, raconte Mme Lionnet.
- _ C'était bien, dit Mme Jeanjean.
- _ Tout a été dit, je n'ai rien à rajouté, affirme Mr Garnier.
- _ J'ai été bien impressionnée par la décoration, c'était beau, il y avait une bonne ambiance comme d'habitude, dit Mme Lacage G.
- _ Moi, j'ai beaucoup aimé la tenue de Mary, dit Christelle.
- _ Oui, c'est vrai que cette robe rouge lui allait bien, elle était belle, répondent Mme Maugard et Lacage G.
- _ Il a fait beau et soleil, j'ai aimé la fête, le repas, les chansons, j'ai tout aimé, le personnel a été impeccable, énumère Mme Pech.
- _ J'ai remarqué que vous vous êtes beaucoup donné, vous n'avez pas arrêté, je vous félicite, vous le méritez. Les dames qui servaient le repas étaient en rang et elles étaient bien organisés, raconte Mme Maugard.
- _ Tout était bien, le spectacle, la danse, le repas, le personnel et les familles et surtout il a fait beau, confirme Mr Cavé.
- _ C'était bien, je n'avais pas compris qu'il y avait un spectacle, je l'ai compris à la fin, par contre je n'aime le sucré/salé et je n'ai pas aimé le canard à l'orange, dit Mme Capela.
- _ La fête était agréable, grandiose, il y avait une bonne ambiance avec des gens mais je mangeais à une table ou je ne connaissais pas les gens heureusement que j'ai ma fille qui est venue, j'étais contente, on s'est régalé toutes les deux, raconte Mme Ould.
- _ Moi, j'ai vu Mme Secall, je lui ai parlé et j'ai aimé le repas, s'exclame Mr Fourriques.
- _ L'ambiance et la joie des gens qui était là, ils étaient heureux, j'ai mon fils David et ma belle-fille Lauriane qui ont mangé avec moi, explique Mme Groux.
- _ C'était très bien la fête, on a bien dansé, l'ambiance était chaleureuse, dit Mr Reynes.
- _ C'était bien, s'exclame Mr De Haro.

_ C'est une fête normale, nous avons été bien accueillis, ça m'a beaucoup plus, dit Mme Rodriguez.

_ Quel ambiance, le repas c'était bon, les chanteuses étaient très bien, merci à tout le personnel qui a tout organisé, le décor étaient magnifique, merci aux petites mains qui ont participé, explique Mr Fontaine.

_ C'était très bien, dit Mr Panos.

_ Beaucoup de monde, j'ai aimé le repas, dit Mr Maubon.

_ Mr Ségault était content de toi parce-que tu as fait beaucoup de décoration avant la fête, on a pris des photos dans la voiture que Karine avait fabriquer, dit Mme Martinez C.

Avec la participation de Mr Maubon, Mme Martinez C, Mme Rodriguez, Mr Reynes, Mr Fontaine, Mr De Haro, Mme Groux, Mr Fourriques, Mme Ould, Mme Capela, Mr Cavé, Mme Maugard, Mme Pech, Mr Garnie, Mme Lionnet, Mme Jeanjean, Mme Daulet et Mme Gatounes.

Interview d'Alexia Tinéo

Stagiaire en stage découverte

_ Quel âge avez-vous ? Interroge Mme Lacage G.

J'ai 32 ans, je suis né le 9 mai 1992.

_ Vous avez des enfants ? Demande Mme Lionnet.

Non, je n'ai pas d'enfants mais peut-être jour je goûterai ce bonheur.

_ Vous êtes en couple ou marié ? Renchérit Mme Lacage G.

Non, je suis seule.

_ Vous habitez où ? Questionne Mme Lacage G.

A Fabrègues.

_ On appelle comment les habitants de Fabrègues ? Reprend Mme Lacage G.

Les Fabrèguois et Fabrèguoises.

_ Tu as toujours habité à Fabrègues ? Demande Christelle.

Oui, j'ai toujours à Fabrègues depuis mes 2 ans.

_ En quoi consiste votre travail ? Interroge Mme Lionnet.

Je travaille en Esat, (Etablissement et service d'Accompagnement par le travail) à Peyreficade à Villeneuve les Maguelone, cet Esat fait aussi parti de l'association Adages comme votre Ehpad. On est 37 ouvriers, je fais partie des travailleurs en situation de handicap, je suis dyslexique et dysphasique, c'est mon petit truc en plus.

Je suis agent de production, je prépare des commandes pour les clients et je fais aussi des livraisons. Nous préparons essentiellement des colis pour les animaux, des gourmandises, des jouets, des bouteilles d'huile de saumon ou foie de morue et sardine en spray, les propriétaires vaporisent cet extrait sur leur chien.

_ Pourquoi as-tu voulu faire ton stage ici ? Interroge Mme Lacage G.

J'ai travaillé en tant qu'animatrice en Centre de loisirs et je n'ai pas pu rester. Je vais faire des stages aussi en crèche, j'apprécie vraiment ce stage découverte auprès de vous et lorsque j'aurai effectué tous mes stages je verrais ce qui me correspond le mieux pour me réorienter.

_ Vous aimez le sport ? Demande Mme Lacage G.

Le sport ce n'est pas mon dada, je fais un peu de sport quand même, un peu de musculation mais doucement. J'ai fait de gymnastique quand j'étais jeune et de la danse du Rock, de la Salsa et de la Batatcha.

_ Vous aimez autre chose ? Rebondit Mme Maugard.

Oui, je suis très famille, j'ai un frère jumeau qui est né 5 minutes après moi, mon frère est ingénieur en pharmaceutique, il n'a pas de problème par contre.

Je suis marraine des enfants d'une amies et je m'en occupe quand je peux, j'adore faire des activités avec eux. On s'apprécie beaucoup eux comme moi, je fais des sorties avec eux.

Avec la participation de Mme Lacage G, Mr Garnier, Mme Lionnet, Mme Maugard et Alexia.

Interview de Mr Panos Joseph



_ Vous habitez Montpellier ? Interroge Mme Lacage G.

J'habitais à Villeneuve les Maguelone à la place de l'église, je suis né là-bas. A 20 ans je suis parti faire le service obligatoire en Algérie. J'ai eu de la chance pendant la guerre car un jour je suis tombé sur un soldat Algérien qui m'a dit « Toi ! Tu as de la chance que mon fusil se soit enrayé ».

_ Et que s'est-il passé après ? S'exclame Christelle

Et ben, mon lieutenant s'en ai occupé.

_ Vous êtes marié ? Demande Mme Lacage M-C.

J'ai rencontré ma femme pendant mon service militaire, on s'est en 1960 en Algérie à Oran et nous sommes rentrés en France mais votre lieutenant m'avait pour être gendarme lorsque j'allais revenir en Algérie mais ma femme n'a pas voulu y retourner.

_ Vous avez des enfants ? Questionne Mme Lacage C.

Oui, j'ai deux filles et un garçon qui s'est tué dans un accident de voiture.

_ Qu'est-ce-que vous avez fait après l'armée ? Demande Mme Groux.

Je suis rentré chez Montlaur, j'étais le chauffeur de Mr Montlaur à Montpellier. Il habitait à Sète au Mont St Clair, il avait une très jolie villa, c'était un patron très gentil et très serviable.

_ Que faisiez-vous sur vos temps libres ? dit Mme Lionnet.

J'aimais la chasse, je chassais avec mon père, à l'Estagnol et dans le secteur de la Madeleine.

_ Est-ce vous avez voyagé ? Interroge Mme Pech.

Je n'ai pas eu l'occasion de voyager.

_ Mais nous ne parlons pas spécialement de voyage lointain mais vous partiez un peu en vacances ? Demande Christelle.

Oui, je partais en Espagne, tous les deux ou trois ans à Sarragone, Allicante, Castillon et Murcia.

_ Vous aviez de la famille là-bas car votre nom de famille est Espagnol ? Questionne Christelle.

C'est Catalan, mes parents sont nés en Espagne. Ma mère est née à Castillon de la Playa et mon père a Torrèblanca.

_ Cela fait combien de temps que vous êtes ici ? Demande Julien.

Je suis arrivé le 20 février 2024.

_ Vous avez des petits-enfants ? Demande Mme Lionnet.

Oui, j'ai deux petites-filles et trois petits-fils. A vérifier.

_ Vous avez quel âge ? Mme Capela.

J'ai 89 ans, je suis né le 17 Juin 1935.

_ Qu'est-ce que vous aimez manger, votre plat préféré ? Interroge Mr Pellet.

J'aime les côtelettes d'agneaux, le veau, la paëlla, le couscous et en dessert j'aime la mille-feuille.

_ Avez-vous pratiquer un sport ? Mme Pech.

La pétanque.

_ Vous vous plaisez ici ? Mme Lacage G.

Au départ je ne voulais venir ici, je voulais aller dans la maison de retraite des Aubes ou était directrice, maintenant elle est à la retraite et elle est adjointe à la mairie de Montpellier. Mais finalement je suis bien ici.

Avec la participation de Mmes Lacage G et M-C, Mr Pellet, Mme Groux, Mme Lionnet, Mme Senégallia, Mme Pech, Mme Capela et Mr Panos.

RUBRIQUE LA RECETTE DE GRAND-MÈRE

« Le Banana bread »

Recette proposée par Mme Garcia Nathalie



Ingrédients pour un cake

- ✓ 85 g de beurre
- ✓ 2 bananes
- ✓ Une pincée de sel
- ✓ 1/2 cuillère à café de bicarbonate
- ✓ Une cuillère à soupe de levure chimique
- ✓ 160 g de sucre
- ✓ 250 g de farine
- ✓ 2 cuillères à soupe de lait
- ✓ 2 oeufs

Préparation

1. Préchauffer le four à 165° C (thermostat 5-6). Mélanger 150 g de la farine avec le sucre, la levure chimique, le bicarbonate et le sel.
2. Ajouter les bananes écrasées, ainsi que le beurre et le lait.
3. Battre (de préférence avec un mixeur) doucement, jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène, puis vigoureusement 2 min.
4. Ajouter les oeufs et le reste de la farine.
5. Bien mélanger.
6. Graisser le fond d'une moule à cake, et y verser la pâte.
7. Faire cuire au four à 165°C pendant 55 à 60 min (vérifier la cuisson).
8. Peut être glacé avec un glaçage à base de fromage blanc ou de crème fraîche.

« Gâteau à l'ananas »

Proposée par Mme Lacage G



Ingrédients pour 6 personnes

- ✓ 1 boîte d'ananas (8 tranches)
- ✓ 150 g de farine
- ✓ 150 g de sucre
- ✓ 3 oeufs
- ✓ Un sachet de sucre vanillé
- ✓ 150 g de beurre
- ✓ Un sachet de levure
- ✓ 150 g de sucre en plus pour le caramel

Préparation

1. Préchauffer le four à 180°C.
2. Dans un saladier, mélanger le beurre ramolli avec le sucre et le sucre vanillé.
3. Ajouter les œufs un à un en mélangeant bien à chaque ajout.
4. Ajouter la farine tamisée et la levure et mélanger.
5. Dans une poêle, faites votre caramel : laisser le sucre fondre (sans eau) puis caraméliser. Il doit devenir bien ambré.
6. Le verser dans le moule puis l'incliner pour le tapisser de caramel. Ajouter les rondelles d'ananas.
S'il vous reste de l'ananas, le mettre en petits morceaux dans la pâte.
7. Verser la pâte à gâteau dans le moule et enfourner pour 30 à 40 min.
8. Démouler le gâteau. Vous pouvez éventuellement l'imbiber du jus d'ananas que vous aurez dans votre boîte d'ananas.

LE PETIT COIN DU MIDI

Comment dit-on en occitan : !?

Voici les autres mots du même dérivé

Couillon : Employé amicalement pour dire à quelqu'un qu'il est trop brave et que certaines personnes profitent de sa gentillesse.

Couillonade : C'est une blague, une farce, un amusement qui porte à rire.

Couillonas : Dérivé de couillon, un(e) couillonas(asse), un peu idiot.



L'eau oxygénée pour les taches, le percarbonate de soude

Mme Maugard ou la javel Mme Grzesiak

Le linge doit être trempé dans la solution d'eau oxygénée mélangée à quatre fois son volume d'eau pendant au moins une demi-heure. Tamponnez les taches, laissez agir et lavez en machine ou à la main. Le percarbonate de sodium est un agent blanchissant qui ne contient ni chlore, ni phosphate.

L'efficacité naturelle de l'eau oxygénée permet de blanchir son linge efficacement et à moindre coût ! Il est important de toujours respecter les conseils d'entretien et de lavage inscrits sur l'étiquette du linge en question. En effet, une température de lavage trop élevée risquerait de détériorer les fibres.

Mélangez le bicarbonate et l'eau oxygénée de façon à obtenir une pâte. Recouvrez-en les taches de brûlures ou de crasse tenace. Laissez agir 5 à 10 min. Frottez et rincez !

Comment préparer la solution de blanchiment à base de bicarbonate et d'eau oxygénée ?

Pour préparer cette solution, vous aurez besoin des ingrédients suivants :

- 1 cuillère à café de bicarbonate de soude
- 2 cuillères à café d'eau oxygénée à 10 volumes (3 % de concentration)

Dans un récipient propre, mélangez le bicarbonate de soude et l'eau oxygénée jusqu'à obtenir une pâte homogène. Si la pâte est trop épaisse, ajoutez un peu d'eau oxygénée pour obtenir la consistance désirée.

Comment appliquer la solution sur les dents ?

Voici les étapes pour appliquer la solution sur vos dents :

- Brossez-vous les dents avec votre dentifrice habituel pour éliminer les résidus alimentaires.
- Appliquez une petite quantité de la pâte obtenue sur votre brosse à dents.
- Brossez délicatement vos dents en insistant sur les zones tachées, pendant environ 2 minutes.
- Rincez abondamment votre bouche avec de l'eau pour éliminer tous les résidus de la solution.

Quelle fréquence d'utilisation pour cette méthode de blanchiment ?

Il est recommandé d'utiliser cette méthode de blanchiment une fois par semaine au maximum, pour éviter d'endommager l'émail de vos dents. Si vous constatez une sensibilité dentaire accrue ou des irritations gingivales, il est préférable d'espacer les séances de blanchiment.

PHOTOS DU MOIS DE MAI





